PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO

FORMATO INFORME MENSUAL EJECUCIÓN CONTRACTUAL

Girón, AGOSTO 20 de 2020

Señor
HECTOR VECINO RUEDA
SUPERVISOR(A) CONTRATO No. **CO1.PCCNTR. 1337308 de 2020**
Centro Industrial de Mantenimiento Integral
Ciudad

Asunto: Informe mensual de ejecución contractual Mes AGOSTO del año 2020

Referencia: No. **CO1.PCCNTR.1337308** del año 2020

CRISTOBAL ALVEAR MONTALVO, identificada con la cédula de ciudadanía **No. 73.103.271** de **Cartagena**, en mi calidad de Contratista del SENA – Centro Industrial de Manteniento Integral, dependencia: Diseño, en cumplimiento del Contrato de Prestación de Servicios de la referencia, a continuación presento el Informe de actividades realizadas en el mes objeto de cobro.

Valor y forma de Pago: Se fija como valor total para el contrato la suma de TREINTA Y SEIS MILLONES SETECIENTOS CUARENTA MIL PESOS M/CE **($36.740.000,00).** Esta suma será pagada por el SENA al contratista de la siguiente manera: a) un primer pago proporcional correspondiente a los días trabajados en el mes de febrero de 2020 por valor de TRES MILLONES TRECIENTOS SEIS MIL SEISCIENTOS PESOS M/CTE **($3.306.600);** B) Nueve (9) pagos iguales por los meses de marzo a noviembre de 2020, por valor de TRES MILLONES SEIS CIENTOS SETENTA Y CUATRO MIL PESOS M/CTE (**$3.674.000,oo**);
C) Un pago final proporcional correspondiente a los(3) tres días trabajados en el mes de DICIEMBRE de 2020 por un valor de TRECIENTOS SESENTA Y SIETE MIL CUATROCIENTOS PESOS M/CTE **($367.400).**
Plazo: Será hasta el 16 de DICIEMBRE de 2020.

OBJETO:
Prestar los servicios profesionales de carácter temporal para impartir formación titulada, complementaria y virtual en la Red de Conocimiento de Actividad Física, Recreación y Deporte, Área Temática Actividad Física en el Centro Industrial de Mantenimiento Integral, vigencia 2020.

CLÁUSULA (No. de cláusula donde se encuentren las obligaciones del contratista)

No	Obligaciones	Acciones realizadas	Evidencias
1.	Participar en la planeación de los procesos formativos de acuerdo con los lineamientos institucionales, para el área temática del objeto contractual	Se participó en reuniones con instructores del área para la planeación de la formación, según lineamientos. Se elaboraron guías de aprendizaje, instrumentos de evaluación y demás formatos necesarios descargados desde compromiso. Guías #1 aplicar test de resistencia Aerobica, atraves de ejercicios Pliometricos	https://drive.google.com/drive/folders/1pyM8Lf9hM5ubCDMYvurJhMCPT5EE1dvX
2.	Participar cuando el centro de formación lo requiera, en jornadas de diseño y desarrollo curricular de programas de formación, conforme a las necesidades nacionales y los lineamientos institucionales requeridos por el área temática objeto del contrato.	Sé realizó actividad en este mes, no se realizo	No se realizo
3.	Evaluar los aprendizajes previos correspondientes a las fichas asignadas, de acuerdo con los procedimientos, plazos y herramientas tecnológicas que la entidad defina.	. Fichas titulada la cual se evaluaron: 2030416 Seguridad vial, 1837269 Mto Elecronico e instrumental	https://drive.google.com/drive/folders/1W9phi36uykoh_tb9fl3FtVaJNj6HtyNs
4.	Ejecutar la formación profesional integral de acuerdo con el currículo, desarrollo curricular y proyecto formativo de los programas del área temática objeto del contrato	Se realizo formacio a las siguientes. Fichas titulada: 1960926-2023636-1960668-2060246-2068352-	https://drive.google.com/drive/folders/1blbRL1NMJAWvHr5c3qMgTIeW3_xMautp

		2030416-20829792067265-2066884-2082970-2023657-.2104896-2104897-2104898-2104610-2104611-2104612-2104613-2104614-1960926-2082970 Impartir formación de Cultura física teniendo en cuenta su desempeño y naturaleza laboral.	
5.	Aplicar según la modalidad, estrategias de enseñanza, aprendizaje, seguimiento y evaluación de acuerdo a lineamientos pedagógicos y metodológicos de la entidad.	Se realizo formacio a las siguientes. Fichas titulada:2030416-2025683-2025628--21960668-2060246-1960843-.2104896-2104897-2104898-2104610-2104611-2104612-2104613-2104614-1960926-2082970 -Impartir formación de Cultura física teniendo en cuenta su desempeño y naturaleza laboral..	https://drive.google.com/drive/folders/1blbRL1NMJAWvHr5c3qMgTIeW3_xMautp
6-	Participar cuando el cenro de formación lo requiera en proyectos de investigación técnica y pedagógica para fortalecer el proceso de formación del área temática objeto del contrato.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
7.	Emitir juicio valorativo sobre el nivel de cumplimiento de los resultados de aprendizaje de las competencias del programa, adquiridos por los aprendices en el desarrollo de la formación.	Sé realizó actividad en este mes con las fichas.2030416 Seguridad vial, 1837269 Mtto Electronico e instrumental Ind	https://drive.google.com/drive/folders/1W9phi36uykoh_tb9fl3FtVaJNj6HtyNs
8.	Entregar soportes del procedimiento de ingreso de aprendices al programa de formación tales como: ficha de matrícula, fotocopias documentos, y requisitos definidos en el diseño curricular, cuando ejecute formación complementaria.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
9.	Registrar, verificar y hacer seguimiento oportuno en el sistema de información que la entidad defina para la gestión de la FPI.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
10.	Participar cuando el centro lo requiera en el proceso de selección, diseño de talleres e instrumentos que alimenten los bancos de pruebas para la selección de aprendices	No se realizó actividad en este mes	No aplica
11.	Aplicar y hacer cumplir el reglamento del aprendiz así como el manual de convivencia del centro de formación	Se registran asistencias en formatos, control de seguimiento y actas. 21960668-2060246-1960668-2068352-2030416-2067265-.2104896-2104897-2104898-2104610-2104611-2104612-2104613-2104614-1960926-2082970	https://drive.google.com/drive/folders/1WujgaJvyycz0M-5PzJaA0tq_17Tkr9P1
12.	Apoyar procesos de registro calificado para los programas de nivel tecnológico del área temática objeto del presente contrato.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
13.	Acatar los lineamientos del sistema integrado de gestión y el sistema de seguridad de salud en el trabajo y asistir a las convocatorias.	Se realizó capacitación en el SIC Certificado de inducción y Modulo	https://drive.google.com/drive/folders/18WImnizUrRzsnheRMPdp3DkyY8TSC7F-
14.	Apoyar al centro de formación cuando lo requiera en la promoción del portafolio de servicios.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
15	Realizar seguimiento en la etapa productiva a los aprendices que le sean asignados cuando el centro lo requiera.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
16	Responder por los bienes y elementos puestos a su disposición para el cumplimiento del objeto del contrato y una vez finalizado quedar a paz y salvo con el almacén.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
17	Aplicar al proceso de certificación de la norma de competencia: ORIENTAR PROCESOS FORMATIVOS CON BASE EN LOS PLANES DE FORMACIÓN CONCERTADOS, o la actualización : ORIENTAR FORMACIÓN PRESENCIAL DE ACUERDO CON LOS PROCEDIMIENTOS TECNICO Y NORMATIVO, o en su defecto deberá aplicar al proceso de certificación de la norma y aportar el respectivo certificado de aprobación con plazo máximo 31 de julio de 2020.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
18	Acompañar a los aprendices a las actividades que se encuentre planeadas por el equipo de bienestar al aprendiz	Se realizó actividad en este mes	Este mes no aplica
19	Acompañar y apoyar procesos de autoevaluación de programas de formación en nivel tecnológico del centro de formación	No se realizó actividad en este mes	No aplica

20	Participar en las labores de montaje y puesta en marcha de equipos y maquinaria utilizados en la FPI.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
21	Asistir y participar activamente en las reuniones programadas por la red de conocimiento propias del centro de formación.	Sé realizó actividad en este mes de Agosto con las fichas virtuales	https://drive.google.com/drive/folders/11Bx1d69fKM_OUTTBnpPci4NokG_sysgF
22	Participar en reuniones y transferencias técnicas y tecnológicas	No se realizó actividad en este mes	No aplica
23	Ejecutar la FPI en los diferentes niveles y modalidades (titulada, complementaria y virtual) que programe el centro de formación.	Se imparte formación titulada y se lleva el debido proceso, formatos de compromiso Se realizo formacio a las siguientes. Fichas titulada: 2025683-2025628-1960668-2060246-2068352-2082979. 2067265-2030416-1960926-2082970 Impartir formación de Cultura física teniendo en cuenta su desempeño y naturaleza laboral. Virtual 1881702,1749953,2104896-2104897-2104898 Poduccion Ultimedial. 1881621-2104610-2104611-2104612-2104613-2104614 ADSI	https://drive.google.com/drive/folders/1ZbCoP2XLkdLHJObbmTuB6dNJDw1aE_My https://drive.google.com/drive/folders/1blbRL1NMJAWvHr5c3qMgTleW3_xMautp
24	Utilizar la LMS institucional como apoyo a la formación en cualquiera de las estrategias institucionales	No se realizó actividad en este mes	No aplica
25	Cumplir con los lineamientos de orientación del desempeño del instructor en ambientes virtuales de aprendizaje de acuerdo a lo establecido en el aplicativo compromiso	Sí se realizó actividad en este mes Agosto	https://drive.google.com/drive/folders/1BQPgz0kLgysdhPca9fW_waegcm-6e3AV
26	Participar en actividades de inducción y reinducción que sean requeridas en el centro de formación.	Se realizó inducción en seguridad y salud en el trabajo.	No aplica
27	Apoyar cuando sea requerido por la entidad en procesos de investigación, desarrollo tecnológico e innovación cooperación técnica nacional e internacional en los que el centro participe, dentro y fuera del país.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
28	Realizar técnicamente cuando sea requerido por la entidad, la identificación, estructuración y definición de las especificaciones técnicas de bienes y servicios necesarios para el cumplimiento de la misión institucional y apoyar la planeación de procesos contractuales de la entidad.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
29	Realizar cuando sea requerido por la entidad la verificación y evaluación técnica o económica de las propuestas que se reciban dentro de los procesos de contratación de la entidad	No se realizó actividad en este mes	No aplica
30	En la aplicación de la ley 1474 de 2011, realizar cuando sea requerido por la entidad el apoyo a la supervisión de los contratos que celebre el Sena, de acuerdo con el manual de supervisión del Sena vigente.	No se realizó actividad en este mes	No aplica
31	Atender oportunamente los requerimientos que haga el supervisor de contrato y presentar informes mensuales de la ejecución del contrato.	No Se realizó actividades en este mes.	Informe digital mes de Julio 2020, reposan en la carpeta Drive https://drive.google.com/drive/folders/12lUZpl-d9SIyHMAz3c7Ub18jS2x_G1La

A continuación relaciono los desplazamientos que realicé previo a la presentación de este informe. Una vez finalizado cada desplazamiento presenté al ordenador del gasto el informe en el Formato Informe Legalización Desplazamiento Contratista GTH-F-087, en el que se describieron las actividades desarrolladas y los resultados de cada desplazamiento. Cada informe cuenta con el visto bueno del Supervisor.
Se lista a continuación el soporte de la legalización de los desplazamientos realizados, los cuales forman parte integral del presente informe de ejecución contractual.

ITEM	No DE LA ORDEN DE VIAJE	LUGAR DE DESPLAZAMIENTO	FECHAS DE DESPLAZAMIENTOS	
			INICIO	FINALIZACIÓN
1.	N.A.	N.A.	N.A.	N.A.

Nota 1: *Por cada desplazamiento que haya realizado el contratista, adjuntará el respectivo informe que la soporte. En caso de haber realizado el desplazamiento en fecha posterior a la presentación del informe de ejecución contractual, deberá reportarlo en el siguiente informe de ejecución contractual.*

Para el trámite de la cuenta me permito adjuntar: Documentos enunciados como evidencias del cumplimiento de las obligaciones contractuales y los desplazamientos realizados y el No. de la planilla 4344745811 correspondientes a aportes en línea del mes de JULIO de 2020.

(Decreto Ley 2106 de 2019 – " *Decreto Ley Antitrámites"*)
Evidencias en ( ) folios

Cordialmente,



_____ _____
CRISTOBAL ALVEAR MONTALVO.
Contratista
C.C. No. 73.103.271 de Cartagena

Recibí a satisfacción:

_____
HECTOR VECINO RUEDA
Supervisor Contrato CO1.PCCNTR. 1337308 de 2020
Coordinador Academico

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19
CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	HSEQ			FICHA	2068352
Mes:	AGOSTO	Semana:	3 AL 25 DE 2020		

DIA MARTES 3 al 25 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
03/08/2020. Lectura de Reflexión. Video • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 19 minutos Trote 2.600 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2 Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física.	¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2068352 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

10/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 18/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repte. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 2068352 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2068352

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

25/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2068352

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	ELECTRICIDAD INDUSTRIAL			FICHA	2144362
Mes:	AGOSTO	Semana:	5 AL 26 DE 2020		

DIA MIÉRCOLES 5 al 26 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
05/08/2020. Lectura de Reflexión. Video Elaboración de la Ficha Antropométrica • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 13 minutos Trote 1.609 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física. Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2	¿Qué es la ficha Antropométrica? ¿Porqué se hace el Tamizaje? ¿Qué busca la ficha Antropométrica? ¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2144362 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

11/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 19/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repete. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física. Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 2144362 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2144362

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

26/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2068352

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19
CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	SISTEMAS			FICHA	2066884
Mes:	AGOSTO	Semana:	5 AL 26 DE 2020		

DIA MIÉRCOLES 5 al 26 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
05/08/2020. Lectura de Reflexión. Video • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 19 minutos Trote 2.600 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2	¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2066884 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

12/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 19/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repete. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 2066884 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2068352

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

26/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2066884

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	MTTO ELECTROMECÁNICO			FICHA	1960668
Mes:	AGOSTO	Semana:	5 AL 26 DE 2020		

DIA MIÉRCOLES 5 al 26 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
05/08/2020. Lectura de Reflexión. Video • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 19 minutos Trote 2.600 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2 Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física.	¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 1960668 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

12/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 19/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repete. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 1960668 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 1960668

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

26/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 1960668

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	MTTO ELECTROMECÁNICO			FICHA	2082970
Mes:	AGOSTO	Semana:	5 AL 26 DE 2020		

DIA MIÉRCLES 5 al 26 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
05/08/2020. Lectura de Reflexión. Video • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 19 minutos Trote 2.600 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2 Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física.	¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2082970 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

12/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 19/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repete. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 2082970 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2082970

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

26/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2082970

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	MTTO EN EQUIPOS DE BIOMEDICA			FICHA	2144358
Mes:	AGOSTO	Semana:	5 AL 27 DE 2020		

DIA JUEVES 6 al 27 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
06/08/2020. Lectura de Reflexión. Video Elaboración de la Ficha Antropométrica • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 13 minutos Trote 1.609 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física. Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2	¿Qué es la ficha Antropométrica? ¿Porqué se hace el Tamizaje? ¿Qué busca la ficha Antropométrica? ¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2144358 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

13/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 20/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repete. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física. Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 2144358 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2144358

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

27/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2044358

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	FOTOVOLTAICA			FICHA	2023657
Mes:	AGOSTO	Semana:	6 AL 28 DE 2020		

DIA JUEVES 6 al 28 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
06/08/2020. Lectura de Reflexión. Video • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 19 minutos Trote 2.600 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2 Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física.	¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2023657 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

13/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 20/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repete. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 2023657 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2023657

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

27/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2068352

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	ELECTRICIDAD INDUSTRIAL			FICHA	2067265
Mes:	AGOSTO	Semana:	7 AL 28 DE 2020		

DIA VIERNES 7 al 28 AGOSTO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
07/08/2020. Lectura de Reflexión. Video • Ejercicios de Orden. • Ejercicios de Estiramiento. • Carrera Continua 19 minutos Trote 2.600 mets. • Test de Ruffier Dickson 45 Seg. • Abdo alto 45 seg/4 • Abdo bajo 40 seg/4 • Compensatorio 45 seg/4. • Flexión de Brazos 45 seg /4 • Sentadillas 45 seg/4 • Planchas 45 seg/4 • Actividades Circenses Desarrollo Motriz. • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Ruffier Dickson de 45 Segundo, la cantidad de Repeticiones que realizaran en ese tiempo. También sabes tomar las pulsaciones según el test de Rufier Dickson, en estado Basal o reposo qué equivale P0, como también realizando la actividad física P1, después en un minuto mirar el tiempo de Recuperación de la actividad física P2 Reconocer la importancia que tiene la ficha Antropométrica y los diferentes Test físico, para saber cómo está su condición física.	¿Qué es un Test Físico? ¿En qué consiste el test de Ruffier Dickson y su Aplicación? ¿Qué es Resistencia? ¿Qué es Resistencia Aeróbica? ¿Qué es Intensidad Física?	Link dado por el Instructor Kinessi https://conceptodefinicion.de/fisica/ Plataforma Meet Drive Wikipedia .	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2067265 correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

14/08/2020. Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden o Articulares. • Ejercicios de Lubricación • Carrera Continúa 15 minutos • : Test de Burpee Circuitos cómo: Sentadillas, Tijeras, Saltos, Flexiones de Brazos. /8 repte. • Estiramiento 21/08/2020 Lectura de Reflexión o Video • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Carrera Continúa Test de COUSE NAVETT adaptándolo en 4 minutos suaves 2 máximo /3 repte. • Abdo 40/5 • Camp 40/4 • Tríceps 40/4 • Flexiones de Brazos Inclinada 40/4 • Estiramiento.	Reconocer la Importancia que tiene el test de Burppe en la capacidad física, Ejecutará de manera gradual los trabajos de las capacidades física según la naturaleza de su trabajo cómo la Fuerza Dinámica y Estática Reconocer la Importancia que tiene el test de Course Navette como test de resistencia física,	¿Qué el test de Burpee y su Aplicación? ¿Qué es Motricidad laboral? ¿En qué consiste el test de Course Navette y sus aplicaciones?	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	Drive 2023265 Plataforma Meet WhatsApp correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2023265

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

28/08/2020 • Lectura de Reflexión o Video Socialización • Ejercicios de Orden • Ejercicios de Estiramiento • Bailo-Terapia 45 minutos. • Abdo 60/5 • Sentadillas 60/4 • Abductores y aductores 60/4 • Estiramiento **NOTA: Las micro Pausa son de 1 a 2 minutos Dependiendo la Intensidad.**	¿Qué es Ritmo? ¿Qué es Intensidad? ¿Qué es Volumen?	Ritmos como estrategia para mejorar la capacidad Espacio Temporalidad. Como: Izquierda a Derecha y Vise versa.	Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi. Link en la plataforma meet, Ejercicios Pliométricos revista Kinessi.	correo: cristobalam@misena.edu.co www.misena.edu.co Drive ficha 2068352

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS VIRTUAL			FICHA	2104610
Mes:	JULIO	Semana:	1 AL 31 de 2020		

DIA VIERNES 1 al 31 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
18/07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices.	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	- Territorium - Kinessi. - Biblioteca Sena virtual- - Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS VIRTUAL			FICHA	2104611
Mes:	JULIO	Semana:	1 AL 31 de 2020		

DIA MARTES 1 AL 31 DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
26/07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices.	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS VIRTUAL			FICHA	2104612
Mes:	JULIO	Semana:	1 AL 31 de 2020		

DIA MIÉRCOLES 01 AL 30 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31 /07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices.	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS VIRTUAL			FICHA	2104611
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA VIERNES 01 AL 31 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31 /07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices .	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS VIRTUAL			FICHA	2104611
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA VIERNES 01 AL 31 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31 /07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices.	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	PRODUCCION DE MULTIMEDIO			FICHA	2104896
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA MARTES 01 AL 31 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31 /07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	PRODUCCION DE MULTIMEDIO			FICHA	2104896
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA MIÉRCOLES 01 AL 31 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31/07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices .	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	PRODUCCION DE MULTIMEDIO			FICHA	2104897
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA MARTES 01 AL 31 DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31/07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices.	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	PRODUCCION DE MULTIMEDIO			FICHA	2104898
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA JUEVES 01 AL 31 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31 /07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices .	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	PRODUCCION DE MULTIMEDIO			FICHA	1881702
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA JUEVES 01 AL 30 JUNIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31 /07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices .	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN ACADÉMICO DE CONTINGENCIA POR PREVENCIÓN COVID-19

CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL DE GIRÓN

PROGRAMA	PRODUCCION DE MULTIMEDIO			FICHA	1749953
Mes:	JULIO	Semana:	01 AL 31 de 2020		

DIA JUEVES 01 AL 31 JULIO DE 2020

COMPETENCIA: CULTURA FÍSICA

- RESULTADO DE APRENDIZAJE: 2402015007- Aplicar técnicas de Cultura Física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. 240215008- Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	CONCEPTOS O PRINCIPIOS	REFERENTES DE CONSULTA	UBICACIÓN DE LA EVIDENCIA
01 AL 31 /07/2020. Sesión en línea. TERRITORIUM Elaboración de cómo realizar la actividad sobre la animación del Desarrollo psicomotriz, la relación de los conceptos de cultura física, en lograr las correlaciones a la definición correspondiente.	Utilizando unos dibujos animados el Aprendiz estará en capacidad de desarrollar sus habilidades psicomotrices .	Aplicar algunos conceptos básicos de la competencia de cultura física, acuerdo a la naturaleza de su trabajo que debe conocer y ejecutar para un mejor desempeño laboral.	• Territorium • Kinessi. • Biblioteca Sena virtual- • Material de apoyo.	correo: cristobalam@misena.edu.co Teritorium RAP 45. 46

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

TIEMPO ACT. APOYO A LA FORMACION

INSTRUCTOR: CRISTOBAL ALVEAR MONTALVO

CENTRO DE FORMACIÓN: CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL

FECHA INICIAL: 01/08/2020 00:00:00

FECHA FINAL: 31/08/2020 23:59:59

ACTIVIDADES ACADÉMICAS

FICHA DE APRENDIZAJE:	2104612 - ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS DE INFORMACION
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ANALIZAR LOS REQUISITOS DEL CLIENTE PARA CONSTRUIR EL SISTEMA DE INFORMACION.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APLICAR BUENAS PRÁCTICAS DE CALIDAD EN EL PROCESO DE DESARROLLO DE SOFTWARE, DE ACUERDO CON EL REFERENTE ADOPTADO EN LA EMPRESA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONSTRUIR EL SISTEMA QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS DE LA SOLUCIÓN INFORMÁTICA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DISEÑAR EL SISTEMA DE ACUERDO CON LOS REQUISITOS DEL CLIENTE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESPECIFICAR LOS REQUISITOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR EL SISTEMA DE INFORMACION DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	IMPLANTAR LA SOLUCIÓN QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS PARA SU OPERACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PARTICIPAR EN EL PROCESO DE NEGOCIACIÓN DE TECNOLOGÍA INFORMÁTICA PARA PERMITIR LA IMPLEMENTACIÓN DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 3,00

FICHA DE APRENDIZAJE:	2104614 - ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS DE INFORMACION

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ANALIZAR LOS REQUISITOS DEL CLIENTE PARA CONSTRUIR EL SISTEMA DE INFORMACION.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APLICAR BUENAS PRÁCTICAS DE CALIDAD EN EL PROCESO DE DESARROLLO DE SOFTWARE, DE ACUERDO CON EL REFERENTE ADOPTADO EN LA EMPRESA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONSTRUIR EL SISTEMA QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS DE LA SOLUCIÓN INFORMÁTICA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DISEÑAR EL SISTEMA DE ACUERDO CON LOS REQUISITOS DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESPECIFICAR LOS REQUISITOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR EL SISTEMA DE INFORMACION DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	IMPLANTAR LA SOLUCIÓN QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS PARA SU OPERACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PARTICIPAR EN EL PROCESO DE NEGOCIACIÓN DE TECNOLOGÍA INFORMÁTICA PARA PERMITIR LA IMPLEMENTACIÓN DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	3,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 1881702 - PRODUCCION DE MULTIMEDIA

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: ANALIZAR LA INFORMACIÓN RECOLECTADA PARA DEFINIR LA TIPOLOGÍA DE PROYECTO MULTIMEDIAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DISEÑAR LA SOLUCIÓN MULTIMEDIAL DE ACUERDO CON EL INFORME DE ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN RECOLECTADA.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: ENTREGAR LA APLICACIÓN MULTIMEDIA PARA EVALUAR LA SATISFACCIÓN DEL CLIENTE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	INTEGRAR LOS ELEMENTOS MULTIMEDIALES DE ACUERDO CON UN DISEÑO ESTABLECIDO.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	REALIZAR LA POST-PRODUCCIÓN PARA GENERAR LA ANIMACIÓN FINAL DE ACUERDO CON LAS ESPECIFICACIONES DEL PROYECTO.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	REALIZAR NEGOCIACIÓN CON LOS PROVEEDORES Y CLIENTES, SEGÚN LOS OBJETIVOS Y ESTRATEGIAS ESTABLECIDAS POR LA ORGANIZACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	4,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 2082970 - MANTENIMIENTO ELECTROMECÁNICO INDUSTRIAL

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CORREGIR DE UN BIEN LOS SISTEMAS ELÉCTRICOS DE ACUERDO A SUS ESPECIFICACIONES TÉCNICAS.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CORREGIR FALLAS Y AVERÍAS MECÁNICAS DE LOS BIENES MEDIANTE LAS TÉCNICAS PARA REESTABLECER UNA FUNCIÓN ESPECIFICA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	EJECUTAR LOS BIENES ACCIONES PREVENTIVAS QUE CONSERVEN LAS CONDICIONES FUNDAMENTALES EN INTERVALOS PREDETERMINADOS DE OPERACIÓN,
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESTABLECER LOS REQUERIMIENTOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES DE LA ORDEN DE TRABAJO DE ACUERDO CON PLAN DE MANTENIMIENTO.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	MEJORAR UN BIEN O PROCESO MEDIANTE LA MODIFICACIÓN DE UN PARÁMETRO TÉCNICO SEGÚN NECESIDADES ESPECIFICADAS.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PREDECIR LAS FALLAS DE LOS EQUIPOS VERIFICANDO CONTINUAMENTE EL ESTADO DEL BIEN FRENTE A LOS PARÁMETROS ESTABLECIDOS POR EL FABRICANTE O
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 9,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 2023657 - MANTENIMIENTO E INSTALACION DE SISTEMAS SOLARES FOTOVOLTAICOS

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: ANALIZAR CIRCUITOS ELÉCTRICOS DE ACUERDO CON EL MÉTODO REQUERIDO

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: CONTROLAR LOS RIESGOS DE TRABAJO EN ALTURAS DE ACUERDO A LA TAREA A REALIZAR, ACTIVIDAD ECONÓMICA Y NORMATIVA VIGENTE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DETERMINAR LAS ESPECIFICACIONES TÉCNICAS DE LOS SISTEMAS DE GENERACIÓN DE ENERGÍA SOLAR FOTOVOLTAICA DE ACUERDO CON EL ESTUDIO DE

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DIRIGIR LA INSTALACIÓN Y PUESTA EN MARCHA DE LOS SISTEMAS DE GENERACIÓN DE ENERGÍA SOLAR FOTOVOLTAICA DE ACUERDO CON LAS

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	INSTALAR REDES INTERNAS DE ACUERDO CON EL DISEÑO ELÉCTRICO
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	INTERPRETAR SISTEMAS POLIFÁSICOS DE ACUERDO CON APLICACIONES INDUSTRIALES
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	12,00

FICHA DE APRENDIZAJE:	1960668 - MANTENIMIENTO ELECTROMECÁNICO INDUSTRIAL
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CORREGIR DE UN BIEN LOS SISTEMAS ELÉCTRICOS DE ACUERDO A SUS ESPECIFICACIONES TÉCNICAS.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CORREGIR FALLAS Y AVERÍAS MECÁNICAS DE LOS BIENES MEDIANTE LAS TÉCNICAS PARA REESTABLECER UNA FUNCIÓN ESPECIFICA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	EJECUTAR LOS BIENES ACCIONES PREVENTIVAS QUE CONSERVEN LAS CONDICIONES FUNDAMENTALES EN INTERVALOS PREDETERMINADOS DE OPERACIÓN,
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESTABLECER LOS REQUERIMIENTOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES DE LA ORDEN DE TRABAJO DE ACUERDO CON PLAN DE MANTENIMIENTO.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	MEJORAR UN BIEN O PROCESO MEDIANTE LA MODIFICACIÓN DE UN PARÁMETRO TÉCNICO SEGÚN NECESIDADES ESPECIFICADAS.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PREDECIR LAS FALLAS DE LOS EQUIPOS VERIFICANDO CONTINUAMENTE EL ESTADO DEL BIEN FRENTE A LOS PARÁMETROS ESTABLECIDOS POR EL FABRICANTE O
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	7,90

FICHA DE APRENDIZAJE:	2104613 - ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS DE INFORMACION
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ANALIZAR LOS REQUISITOS DEL CLIENTE PARA CONSTRUIR EL SISTEMA DE INFORMACION.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APLICAR BUENAS PRÁCTICAS DE CALIDAD EN EL PROCESO DE DESARROLLO DE SOFTWARE, DE ACUERDO CON EL REFERENTE ADOPTADO EN LA EMPRESA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONSTRUIR EL SISTEMA QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS DE LA SOLUCIÓN INFORMÁTICA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DISEÑAR EL SISTEMA DE ACUERDO CON LOS REQUISITOS DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESPECIFICAR LOS REQUISITOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR EL SISTEMA DE INFORMACION DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	IMPLANTAR LA SOLUCIÓN QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS PARA SU OPERACIÓN.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PARTICIPAR EN EL PROCESO DE NEGOCIACIÓN DE TECNOLOGÍA INFORMÁTICA PARA PERMITIR LA IMPLEMENTACIÓN DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	3,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 2067265 - ELECTRICIDAD INDUSTRIAL

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ANALIZAR CIRCUITOS ELÉCTRICOS DE ACUERDO CON EL MÉTODO REQUERIDO
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APLICACIÓN DE CONOCIMIENTOS DE LAS CIENCIAS NATURALES DE ACUERDO CON SITUACIONES DEL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONSTRUIR ACOMETIDAS E INSTALAR EQUIPOS DE MEDIDA DE ENERGÍA ELÉCTRICA EN BAJA TENSIÓN REQUERIDOS PARA EL USO DE INSTALACIONES
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONSTRUIR SISTEMAS DE PUESTA A TIERRA DE ACUERDO CON NORMATIVIDAD VIGENTE
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DESARROLLAR EL AUTOMATISMO DEL SISTEMA MECATRÓNICO DE ACUERDO A LAS ESPECIFICACIONES TÉCNICAS.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DESARROLLAR PROCESOS DE COMUNICACIÓN EFICACES Y EFECTIVOS, TENIENDO EN CUENTA SITUACIONES DE ORDEN SOCIAL, PERSONAL Y PRODUCTIVO.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	EJECUTAR ACCIONES ADMINISTRATIVAS DE ACUERDO CON LAS ÓRDENES DE TRABAJO.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Ejecutar el mantenimiento correctivo a equipos y elementos eléctricos de acuerdo con especificaciones técnicas
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	EJECUTAR EL MANTENIMIENTO DE SISTEMAS ELÉCTRICOS DE DISTRIBUCIÓN Y POTENCIA EN BAJA Y MEDIA TENSIÓN SEGÚN NORMATIVIDAD VIGENTE
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	EJECUTAR EL MANTENIMIENTO DE TRANSFORMADORES ELÉCTRICOS SERIE 15 KV HASTA 500 KVA SEGÚN NORMATIVIDAD VIGENTE

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	EJECUTAR EL MANTENIMIENTO PROACTIVO AL MOTOR Y/O GENERADOR ELÉCTRICO HASTA MEDIA TENSIÓN, SEGÚN NORMATIVIDAD VIGENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios internacionales.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Enrique Low Murtra-Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL

EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL

IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA

PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Gestionar procesos propios de la cultura emprendedora y empresarial de acuerdo con el perfil personal y los requerimientos de los contextos productivo y social.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	INSPECCIONAR LA CALIDAD DEL SERVICIO DE LA ENERGÍA ELÉCTRICA CON BASE EN LAS NORMAS Y PROCEDIMIENTOS ESTABLECIDOS POR LA CREG
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	INSTALAR REDES INTERNAS DE ACUERDO CON EL DISEÑO ELÉCTRICO

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOS SOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	INTERPRETAR SISTEMAS POLIFÁSICOS DE ACUERDO CON APLICACIONES INDUSTRIALES
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Orientar investigación formativa segun referentes técnicos.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Razonar cuantitativamente frente a situaciones susceptibles de ser abordadas de manera matemática en contextos laborales, sociales y personales.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Resultado de Aprendizaje de la Inducción.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	SOLICITAR E IDENTIFICAR MATERIALES, EQUIPOS Y HERRAMIENTAS REQUERIDOS PARA LA EJECUCIÓN DE LA OBRA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	TRABAJAR EN ALTURAS DE ACUERDO CON NORMATIVA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	Utilizar herramientas informáticas de acuerdo con las necesidades de manejo de información

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	6,00

FICHA DE APRENDIZAJE:	2068352 - GESTIÓN INTEGRADA DE LA CALIDAD, MEDIO AMBIENTE, SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APOYAR ACTIVIDADES QUE CONDUZCAN A LA IMPLEMENTACIÓN, DE LOS SISTEMAS DE GESTIÓN, DE FORMA INDIVIDUAL O INTEGRADA; DE ACUERDO A
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DOCUMENTAR LOS PROCESOS NECESARIOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN MANTENIMIENTO Y MEJORA DE LOS SISTEMAS DE GESTIÓN, DE FORMA INDIVIDUAL O
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	GARANTIZAR EL CUMPLIMIENTO DE LA NORMATIVIDAD Y LEGISLACIÓN VIGENTE RELACIONADA CON LOS SISTEMAS DE GESTIÓN, SEGÚN LA NATURALEZA DE LA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	REALIZAR ACTIVIDADES QUE CONDUZCAN AL MANTENIMIENTO Y MEJORA CONTINUA DE LOS SISTEMAS DE GESTIÓN DE FORMA INDIVIDUAL O
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	8,00

FICHA DE APRENDIZAJE:	2104611 - ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS DE INFORMACION
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ANALIZAR LOS REQUISITOS DEL CLIENTE PARA CONSTRUIR EL SISTEMA DE INFORMACION.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APLICAR BUENAS PRÁCTICAS DE CALIDAD EN EL PROCESO DE DESARROLLO DE SOFTWARE, DE ACUERDO CON EL REFERENTE ADOPTADO EN LA EMPRESA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONSTRUIR EL SISTEMA QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS DE LA SOLUCIÓN INFORMÁTICA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DISEÑAR EL SISTEMA DE ACUERDO CON LOS REQUISITOS DEL CLIENTE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESPECIFICAR LOS REQUISITOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR EL SISTEMA DE INFORMACION DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	IMPLANTAR LA SOLUCIÓN QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS PARA SU OPERACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PARTICIPAR EN EL PROCESO DE NEGOCIACIÓN DE TECNOLOGÍA INFORMÁTICA PARA PERMITIR LA IMPLEMENTACIÓN DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	3,00

FICHA DE APRENDIZAJE:	1881621 - ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS DE INFORMACION

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ANALIZAR LOS REQUISITOS DEL CLIENTE PARA CONSTRUIR EL SISTEMA DE INFORMACION.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	APLICAR BUENAS PRÁCTICAS DE CALIDAD EN EL PROCESO DE DESARROLLO DE SOFTWARE, DE ACUERDO CON EL REFERENTE ADOPTADO EN LA EMPRESA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONSTRUIR EL SISTEMA QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS DE LA SOLUCIÓN INFORMÁTICA.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DISEÑAR EL SISTEMA DE ACUERDO CON LOS REQUISITOS DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESPECIFICAR LOS REQUISITOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR EL SISTEMA DE INFORMACION DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	IMPLANTAR LA SOLUCIÓN QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS PARA SU OPERACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PARTICIPAR EN EL PROCESO DE NEGOCIACIÓN DE TECNOLOGÍA INFORMÁTICA PARA PERMITIR LA IMPLEMENTACIÓN DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 2,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 2104610 - ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS DE INFORMACION

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: ANALIZAR LOS REQUISITOS DEL CLIENTE PARA CONSTRUIR EL SISTEMA DE INFORMACION.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICAR BUENAS PRÁCTICAS DE CALIDAD EN EL PROCESO DE DESARROLLO DE SOFTWARE, DE ACUERDO CON EL REFERENTE ADOPTADO EN LA EMPRESA.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: CONSTRUIR EL SISTEMA QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS DE LA SOLUCIÓN INFORMÁTICA.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DISEÑAR EL SISTEMA DE ACUERDO CON LOS REQUISITOS DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ESPECIFICAR LOS REQUISITOS NECESARIOS PARA DESARROLLAR EL SISTEMA DE INFORMACION DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES DEL CLIENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	IMPLANTAR LA SOLUCIÓN QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS PARA SU OPERACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PARTICIPAR EN EL PROCESO DE NEGOCIACIÓN DE TECNOLOGÍA INFORMÁTICA PARA PERMITIR LA IMPLEMENTACIÓN DEL SISTEMA DE INFORMACIÓN.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PRODUCIR TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y ORAL.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	3,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 2030416 - SEGURIDAD VIAL,CONTROL DE TRANSITO Y TRANSPORTE

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	BRINDAR SOPORTE VITAL BÁSICO A UN PACIENTE CON PATOLOGÍA DE URGENCIA, MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROCEDIMIENTOS NO INVASIVOS.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	COMPRENDER TEXTOS EN INGLÉS EN FORMA ESCRITA Y AUDITIVA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONTROLAR EL CUMPLIMIENTO DE LAS NORMAS DE TRÁNSITO Y TRANSPORTE EN LOS USUARIOS DE LAS VÍAS SEGÚN LA NORMATIVA VIGENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	CONTROLAR LOS MEDIOS DE TRANSPORTE Y LA CARGA SEGÚN EL MARCO NORMATIVO Y REGLAMENTARIO, LA SEGURIDAD E HIGIENE Y POLÍTICAS DE LA
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	DOCUMENTAR EL LEVANTAMIENTO DE LOS ACCIDENTES DE TRÁNSITO DE ACUERDO CON LA COMPLEJIDAD DEL SINIESTRO.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	ORIENTAR PROCESOS FORMATIVOS EN EDUCACIÓN VIAL SEGÚN EL CONTEXTO EDUCATIVO Y LA NORMATIVA LEGAL VIGENTE.
• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR TÉCNICAS DE CULTURA FÍSICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL, DESEMPEÑO LABORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL ÁREA OCUPACIONAL.

DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:	RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	3,00

TOTAL HORAS ACTIVIDADES ACADÉMICAS:	66,90

EVENTOS DE DIVULGACIÓN TECNOLÓGICA - EDT´s

FICHA	FECHA INICIO	FECHA FINAL	EVENTO	HORAS

TOTAL TIEMPO EDT´s:	0,00

ACTIVIDADES ADICIONALES

FECHA INICIAL	FECHA FINAL	ACTIVIDAD	HORAS

TOTAL ACTIVIDADES ADICIONALES:	0,00

INSTRUCTOR: CRISTOBAL ALVEAR MONTALVO

CENTRO DE FORMACIÓN: CENTRO INDUSTRIAL DE MANTENIMIENTO INTEGRAL

INFORME DE EJECUCIÓN PLAN ACADÉMICO DE CONTINEGENCIA

1. **GRUPOS ATENDIDOS ENTRE EL 1 Y EL 31 DE JULIO DE 2020**
   FORMACION PRESENCIAL

FICHAS	PROGRAMA
2068352	HSEQ
2023636	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS
1960926	MANTENIMIENTO AUTOMATISMO INDUSTRIAL
1960668	MANTENIMIENTO ELECTROMECANICO INDUSTRIAL
2023884	ANALISIS Y DESARROLLO DE SISTEMAS
2030416	SEGURIDAD VIAL
2082979	MTTO DE MOTOCICLETAS
2082970	MTTO ELECTROMECÁNICO
2067265	ELECTRICIDAD INDUSTRIAL
2104897	ANALISIS Y DESARROLLLO VIRTUAL
1881702	PRODUCCION DE MULTIMEDIAL VIRTUAL
1749953	PRODUCCION DE MULTIMEDIAL VIRTUAL
1881621	ANALISIS Y DESARROLLO VIRTUAL
2104898	ANALISIS Y DESARROLLO VIRTUAL
2104610	ANALISIS Y DESARROLLO VIRTUAL
2104611	ANALISIS Y DESARROLLO VIRTUAL
2104612	ANALISIS Y DESARROLLO VIRTUAL
2104613	ANALISIS Y DESARROLLO VIRUAL

2104896	PRODUCCION DE MULTIMEDIAL VIRTUAL
2104614	ANALISIS Y DESARROLLO VIRTUAL

2. ANÁLISIS DE MI ACCIÓN PEDAGÓGICA

¿Qué hice?	¿Qué resultados alcancé?	¿Qué dificultades se presentaron?
Semana1 AGOSTO 3 AL 6 Sé programaron varias sesiones en línea 1960926-2068352-2030416-2082979-2082970-2066884-2023636-2067265-1960668--2023740. Sesión de AGOSTO para dar la explicación sobre el tema diagrama de clases y se dejaron los ejercicios sobre el tema publicado en la plataforma Meet, Territorium de las fichas Virtuales estas son: Producción de Multimedio 2104896, 2104897,2104898. ADSI 2104610,2104611, 2104612, 2104613,2104614. Se resolvieron dudas sobre los ejercicios por WhatsApp	Sé aplicara el test de Ruffier Dickson en un tiempo de 45 seg. Con la formula CI= (P0+P1+P2)-200/10; Para saber cual es el coeficiente de acondicionamiento físico, en unas escalas. Ejecutamos los resultados de cultura física, inician con una Lectura de reflexión. Elaboración de la ficha antropométrica. Trabajo de investigación sobre temas: Nutrición y sus equivalencias nutricionales, ficha 2068352 HSEQ,	Aprendices que utilizan el aprendizaje colaborativo para subir sus evidencias al Drive, No tienen equipo de cómputo e internet y en algunas partes no tenían flujo de energía eléctrica
Semana 2. AGOSTO 10 AL 14 Sé programaron varias sesiones en línea 1960926-2068352-2030416-2082979-2082970-2066884-2023636-2067265-1960668--2023740. Sesión de AGOSTO para dar la explicación sobre el tema diagrama de clases y se dejaron los ejercicios sobre el tema publicado en la plataforma Territorium de las fichas Virtuales estas son: Producción de Multimedio 2104896, 2104897,2104898. ADSI 2104610,2104611, 2104612, 2104613,2104614. Actividades físicas como ejercicios de acondicionamiento, utilizando es test de Burpee	La asistencia la posemos observar en cada una de las sesiones en línea de cada ficha. Aplicamos ejercicios de resistencia a la fuerza utilizando el test Burpee, Sentadillas, Flexiones de brazos, saltos permitan hacer el trote o carrera aeróbica para mejorará el trabajo cardio vascular, a través	Aprendices que le a sido imposible el ingreso a la plataforma Meet, por no tener internet, mucho menos datos.

	de test en circuitos a través de lazos, bastones y algunos elementos qué se tengan en casa.	
Semana 3. AGOSTO 18 al 21 Sé programaron varias sesiones en línea plataforma meet 1960926-2068352-2030416-2082979-2082970-2066884-2023636-2067265-1960668--2023740. Sesión de AGOSTO para dar la explicación sobre el tema diagrama de clases y se dejaron los ejercicios sobre el tema publicado en la plataforma Territorium de las fichas Virtuales estas son: Producción de Multimedio 2104896, 2104897,2104898. ADSI 2104610,2104611, 2104612, 2104613,2104614. Se resolvieron dudas sobre los ejercicios por WhatsApp, correo electrónico. Realizamos actividades con el test de Course Navett, como trabajo de acondicionamiento física, atreve de un sonido por escalas, donde interviene algunas de las habilidades que deben desarrollar dentro de cada uno de su desempeño laboral.	. Realizan ejercicios con Bastones o palos de escoba para trabajo de resistencia anaeróbica, con una intensidad moderada, con una micro pausa de 2 minutos. Abdominales 55/8/1 desc. Compensatorio 55/4 /1 desc. Planchas 55/4/1 desc. Realizan ejercicios con Bastones o palos de escoba para trabajo de resistencia anaeróbica, con una intensidad moderada, con una micro pausa de 2 minutos. Abdominales 60/8/1 desc. Compensatorio 60/4 /1 desc. Planchas 60/4/1 desc.	Deberán subir al Drive el informe de lo realizado en la actividad del día. Muchos Aprendices me envían las evidencias a mi correo.
Semana 4. AGOSTO 22 al 28 Sé programaron varias sesiones en línea plataforma meet 1960926-2068352-2030416-2082979-2082970-2066884-2023636-2067265-1960668--2023740. Sesión de AGOSTO para dar la explicación sobre el tema diagrama de clases y se dejaron los ejercicios sobre el tema publicado en la plataforma Territorium de las fichas Virtuales estas son: Producción de Multimedio 2104896, 2104897,2104898. ADSI 2104610,2104611, 2104612, 2104613,2104614. Se resolvieron dudas sobre los ejercicios por WhatsApp, correo electrónico. Realizamos actividades de resistencia anaeróbica lactancia, en espacio reducido trabajando rapidez, agilidad física. deben desarrollar dentro de cada uno de su desempeño laboral. Carrera Continúa de 35 minutos caminando 18 trote.	Aplicara a través de la sesión en línea, lo que es la fuerza y algunas actividades donde pueda realizar la fuerza Excéntrica y concéntrica conociendo su concepto. Evaluar algunas evidencias de Resultado de Aprendizaje y las actividades de dibujos animados. Reforzando su comentario de acuerdo a lo observado.	Algunos aprendices No tienen equipo de cómputo e internet y en algunas partes no tenían flujo de energía eléctrica

SEMANA 5. 31 AGOSTO Sé programaron varias sesiones en línea 1960926-2068352-2030416-2082979-2082970-2066884-2023636-2067265-1960668--2023740. Sesión de AGOSTO para dar la explicación sobre el tema diagrama de clases y se dejaron los ejercicios sobre el tema publicado en la plataforma Meet, Territorium de las fichas Virtuales estas son: Producción de Multimedio 2104896, 2104897,2104898. ADSI 2104610,2104611, 2104612, 2104613,2104614.	. Realizan ejercicios con Bastones o palos de escoba para trabajo de resistencia anaeróbica, con una intensidad moderada, con una micro pausa de 2 minutos. Abdominales 55/8/1 desc. Compensatorio 55/4 /1 desc. Planchas 55/4/1 desc.	Deberán subir al Drive el informe de lo realizado en la actividad del día. Muchos Aprendices me envían las evidencias a mi correo.

3. **TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN UTILIZADAS**

Herramienta sesión en línea Meet: Esta herramienta permite la conexión para 10, pero también permite que los compañeros le trabajen el aprendizaje colaborativo, cuando se le permite que le puedan reenviar a los compañeros que no se pudieron conectar, compartiendo el link de la sesión en línea.
Herramienta sesiones en línea ZOOM: esta herramienta permite la conexión de 100 participantes y una duración de 45 minutos por sesión en la versión gratuita.

Plataforma Territorium: permite el ingreso normal, pero como está en periodo de pruebas muchas veces no permite enviar evidencias, ver contenidos, crear sesiones en línea.

Correo misena

WhatsApp- Grupo ficha Virtual
Producción de Multimedia.
2104896,2104897, 2104898,1881702
Análisis y Desarrollo de sistemas
2104610,2104611, 2104612, 2104613, 2104614. -1881621-1749953

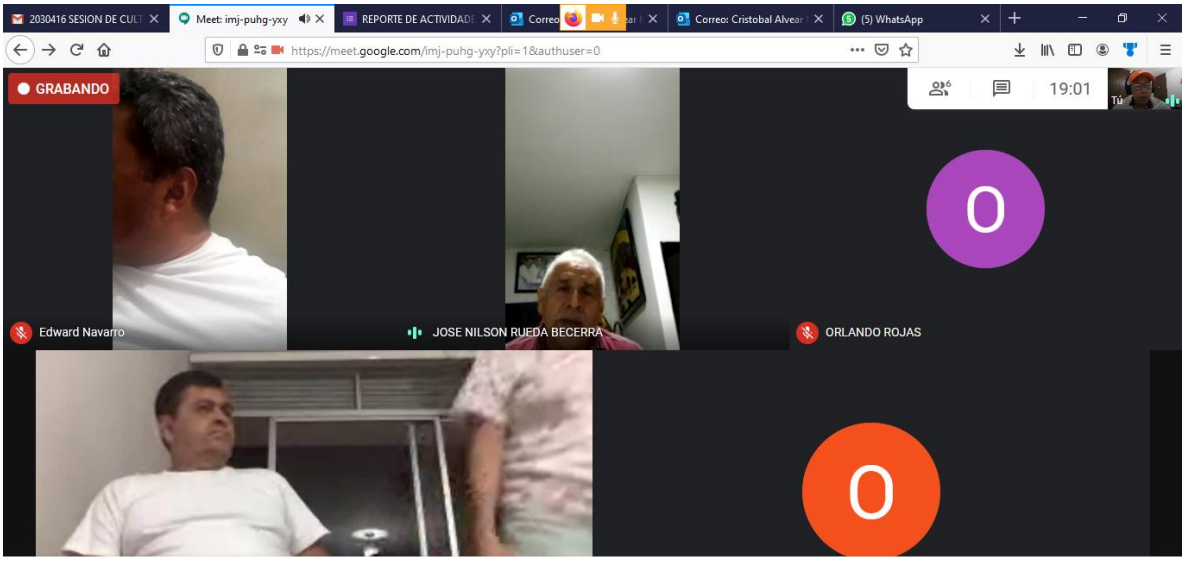
4. **EVIDENCIAS DE TRABAJO**

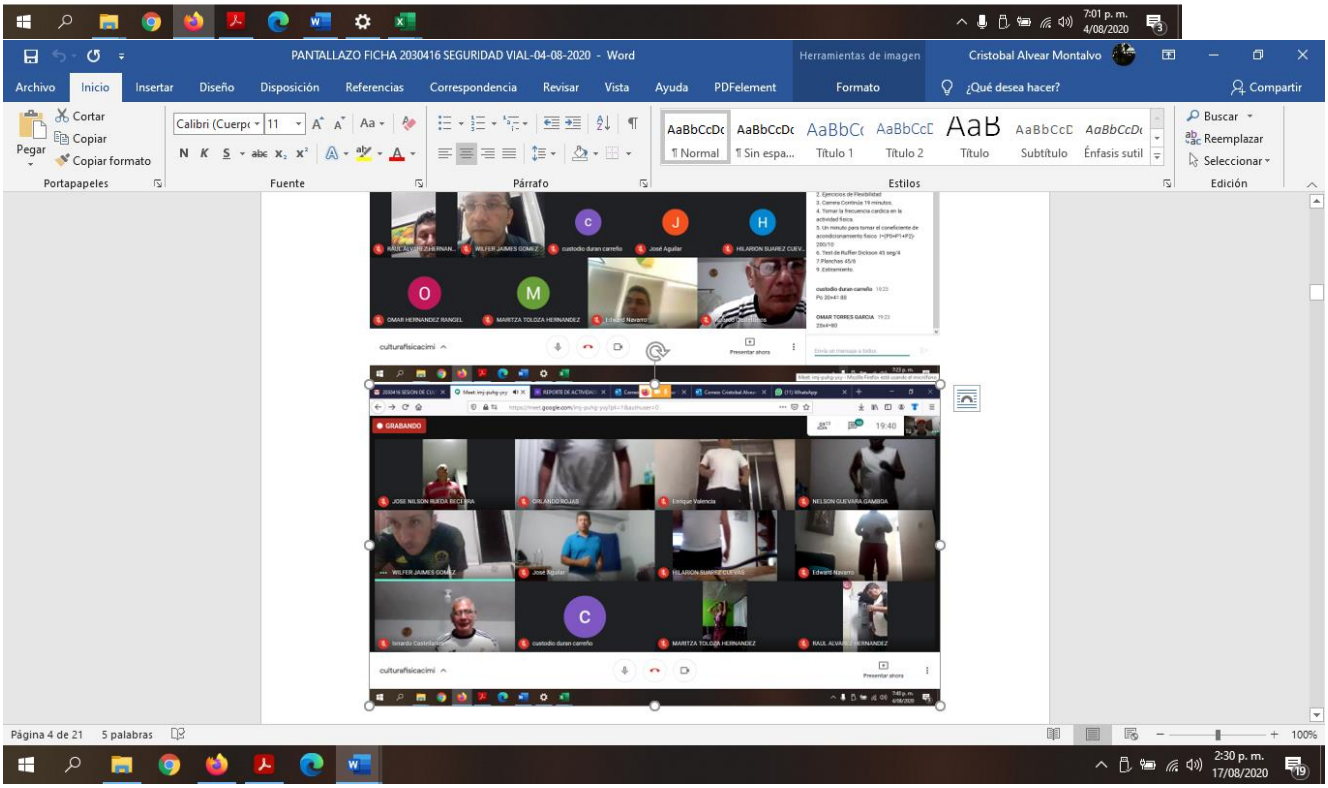
Evidencias link https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1796547

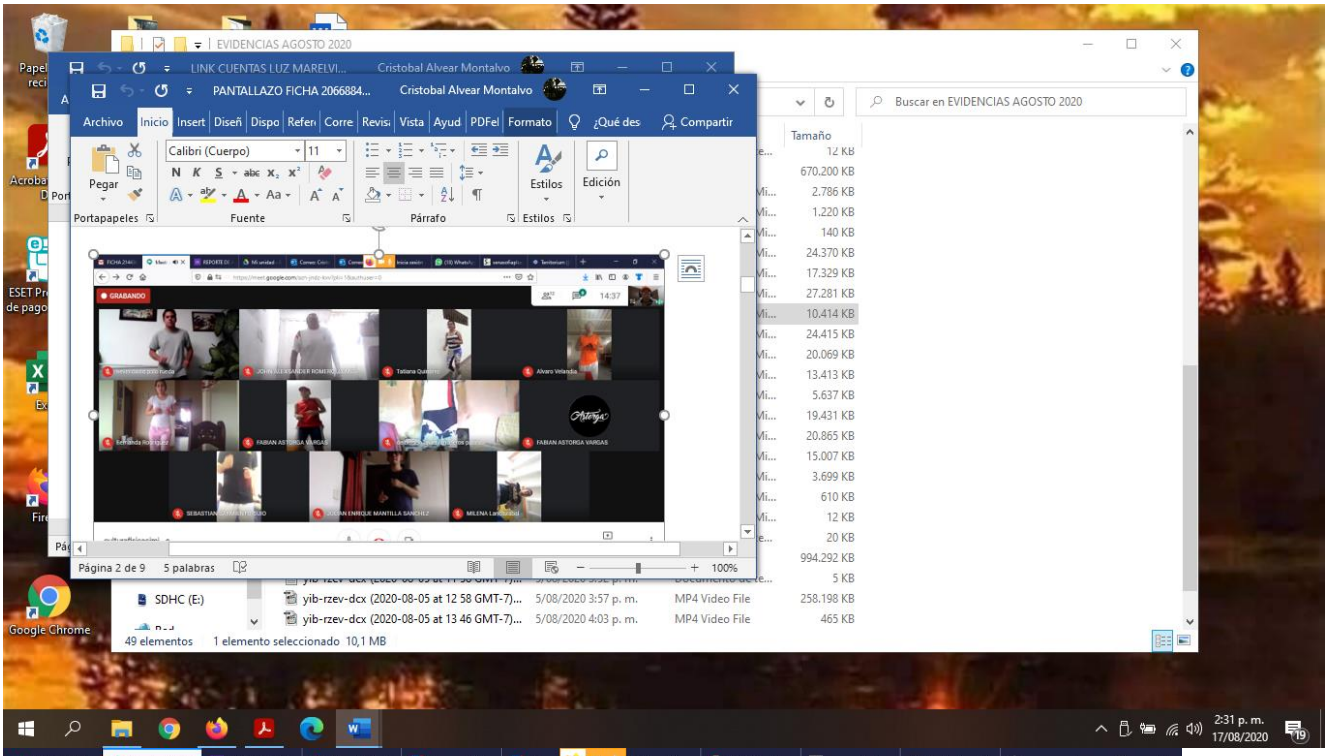
Evidencias Ficha: PRESENCIALES:

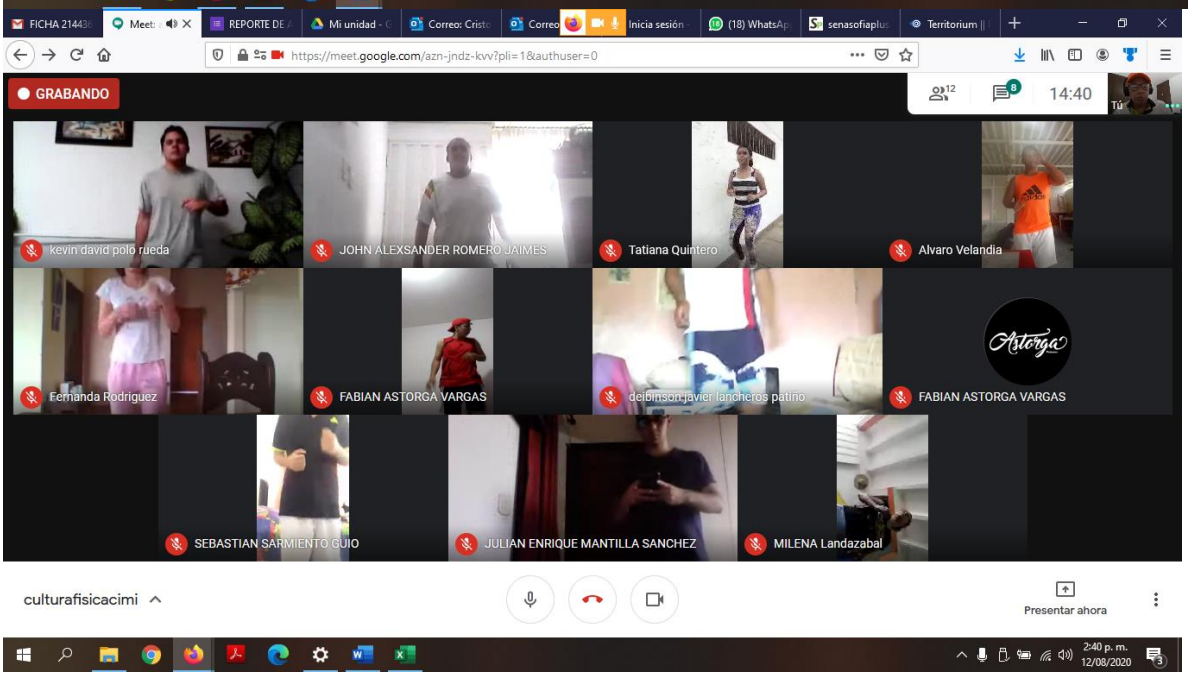
2025683-2025628-2060245-1962383-12025842

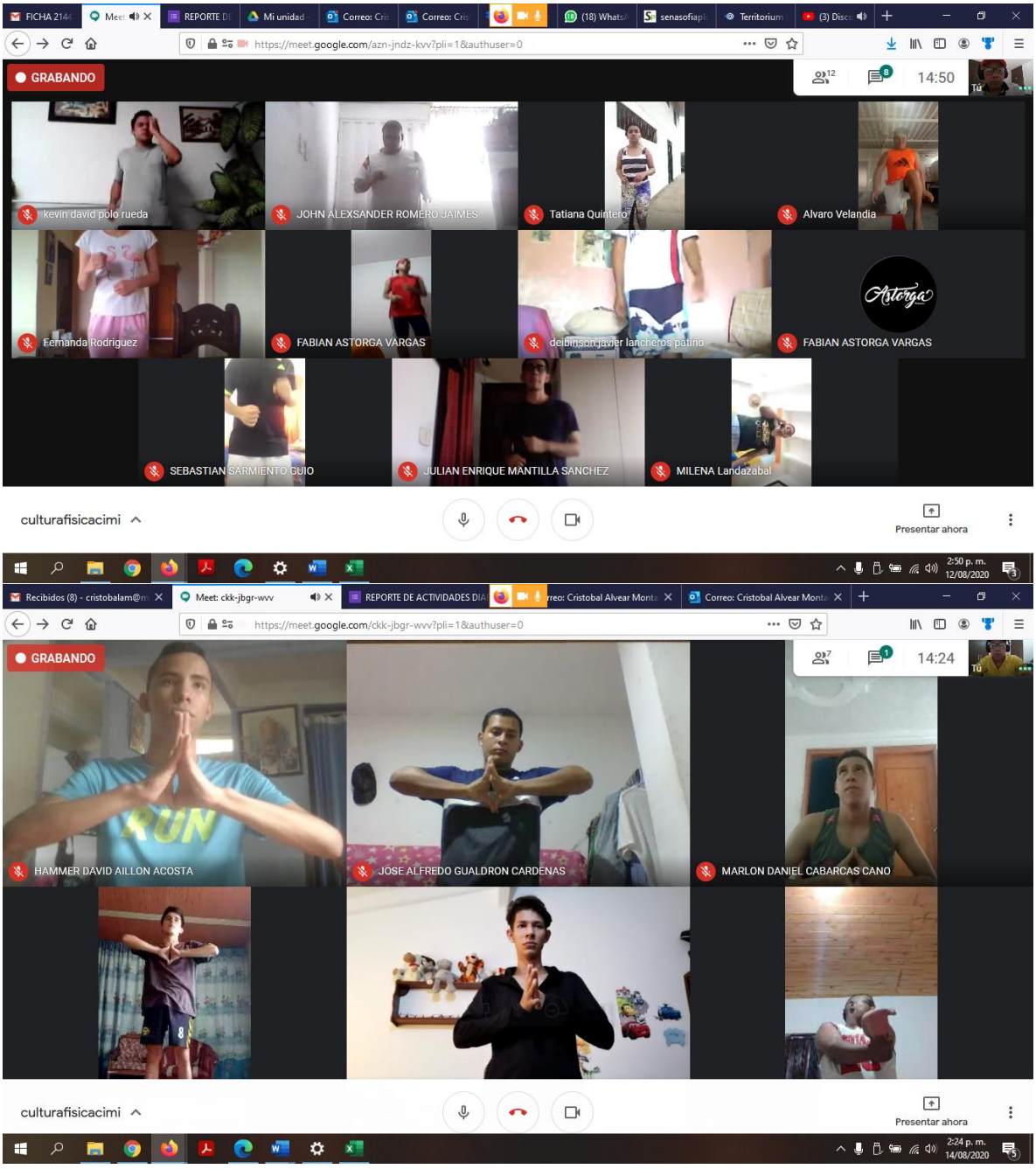
1962243-1960713-21960668-2060245
2060246-1960843-2023740-2068352.



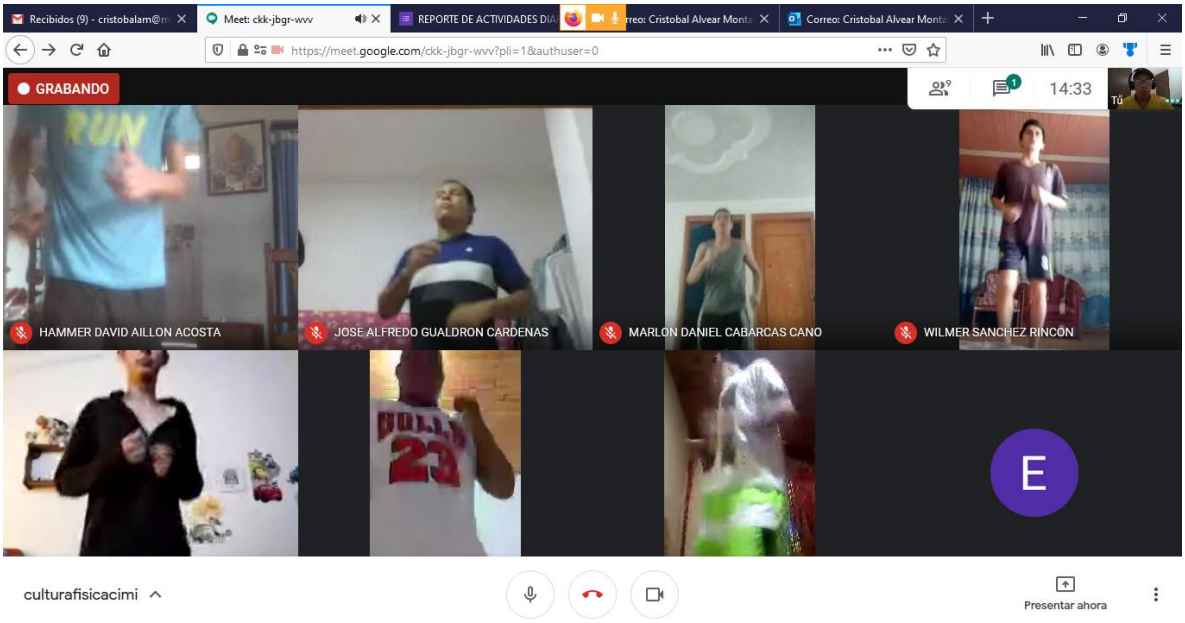


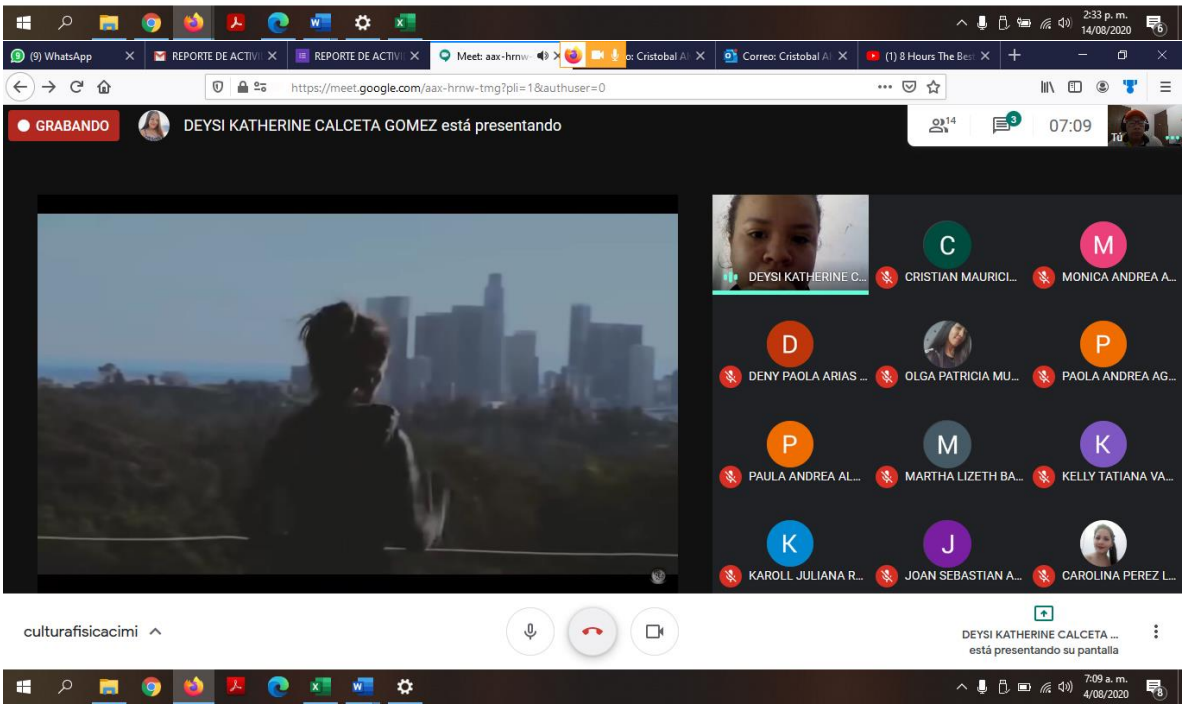

EVIDENCIAS AGOSTO 2020
PANTALLAZO FICHA 2066884...
Cristobal Alvear Montalvo
Archivo
Inicio
Insert
Diseñ
Dispo
Refer
Corre
Revis
Vista
Ayud
PDFel
Formato
¿Qué des
Compartir
Pegar
Portapapeles
Fuente
Párrafo
Estilos
Edición
Buscar en EVIDENCIAS AGOSTO 2020
Tamaño
GRABANDO
Página 2 de 9
5 palabras
100%
SDHC (E:)
yib-rzev-dcx (2020-08-05 at 12 58 GMT-7)...
5/08/2020 3:57 p. m.
MP4 Video File
258.198 KB
yib-rzev-dcx (2020-08-05 at 13 46 GMT-7)...
5/08/2020 4:03 p. m.
MP4 Video File
465 KB
49 elementos
1 elemento seleccionado 10,1 MB
Google Chrome
2:31 p. m.
17/08/2020

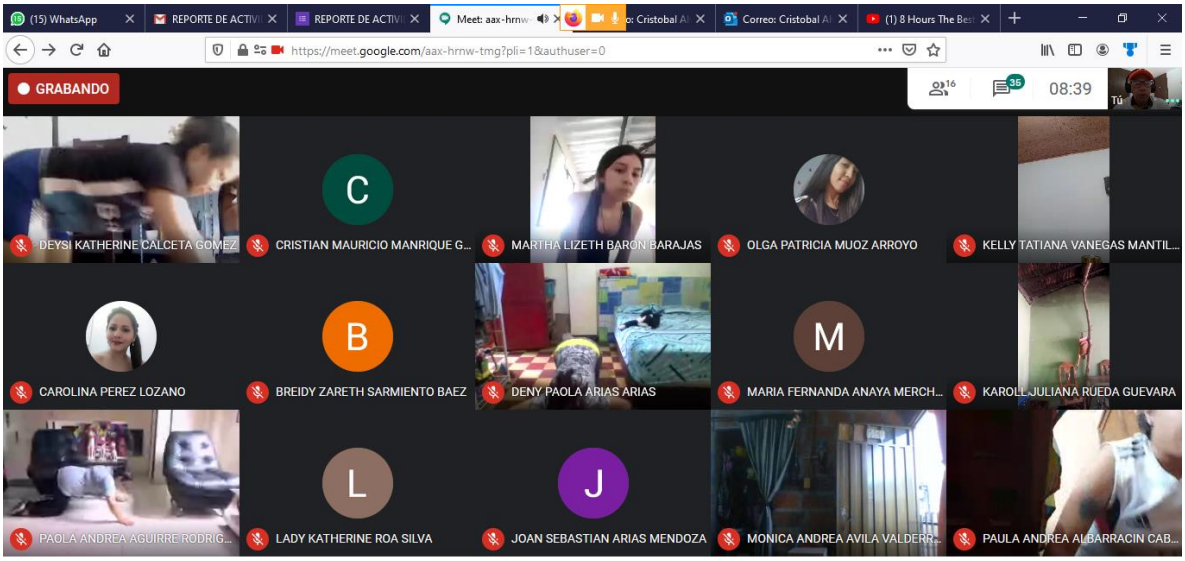

https://meet.google.com/azn-jndz-kvv?pli=1&authuser=0
GRABANDO
14:40
kevin david polo rueda
JOHN ALEXSANDER ROMERO JAIMES
Tatiana Quintero
Alvaro Velandia
Fernanda Rodriguez
FABIAN ASTORGA VARGAS
deibinson javier lancheros patiño
FABIAN ASTORGA VARGAS
SEBASTIAN SARMIENTO GUIO
JULIAN ENRIQUE MANTILLA SANCHEZ
MILENA Landazabal
culturafisicacimi
Presentar ahora
2:40 p. m.
12/08/2020

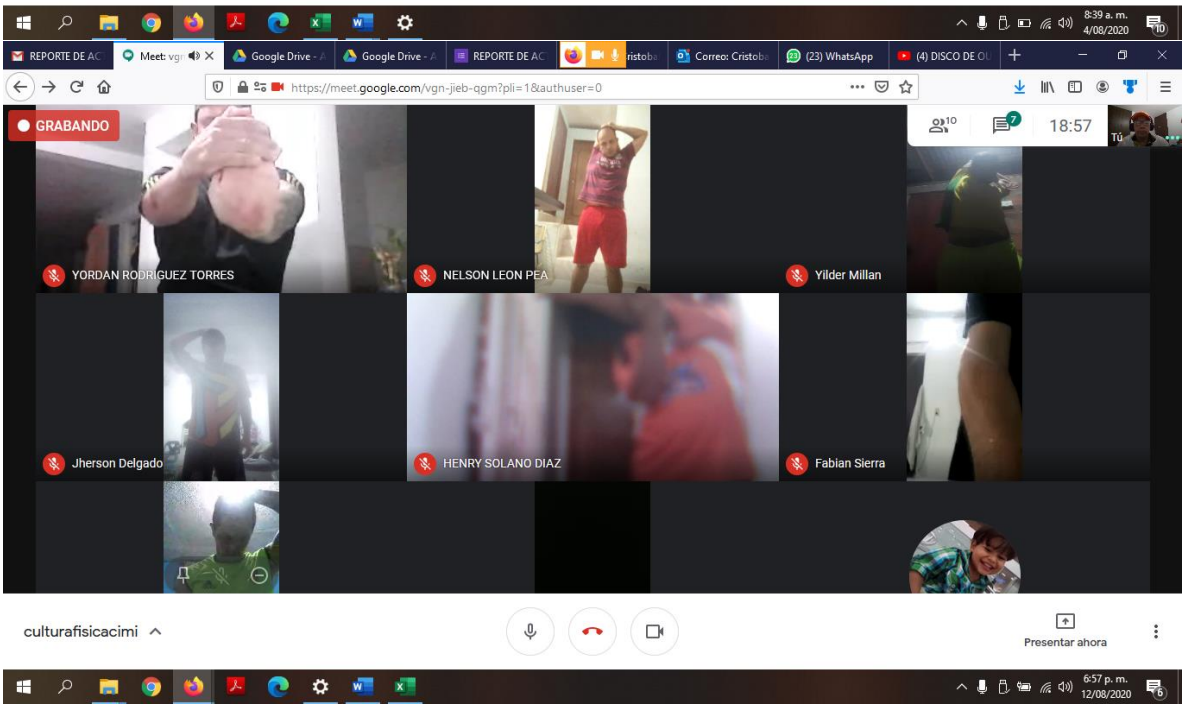

GRABANDO
14:50
kevin david polo rueda
JOHN ALEXSANDER ROMERO JAIMES
Tatiana Quintero
Alvaro Velandia
Fernanda Rodriguez
FABIAN ASTORGA VARGAS
deibinson javier lancheros patiño
FABIAN ASTORGA VARGAS
SEBASTIAN SARMIENTO GUIO
JULIAN ENRIQUE MANTILLA SANCHEZ
MILENA Landazabal
culturafisicacimi
Presentar ahora

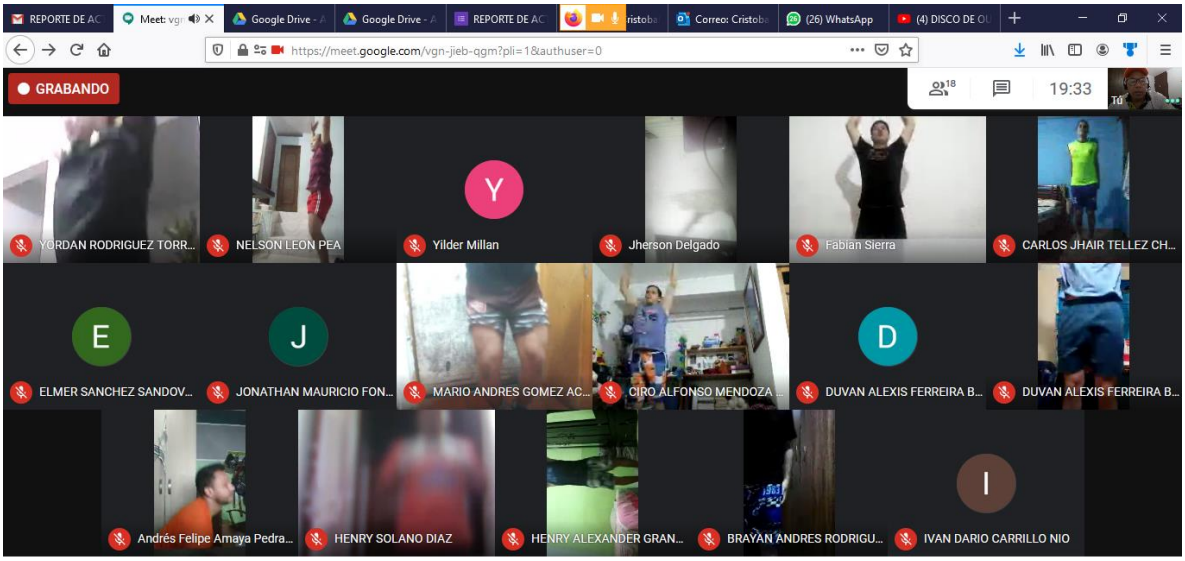
GRABANDO
14:24
HAMMER DAVID AILLON ACOSTA
JOSE ALFREDO GUALDRON CARDENAS
MARLON DANIEL CABARCAS CANO
culturafisicacimi
Presentar ahora

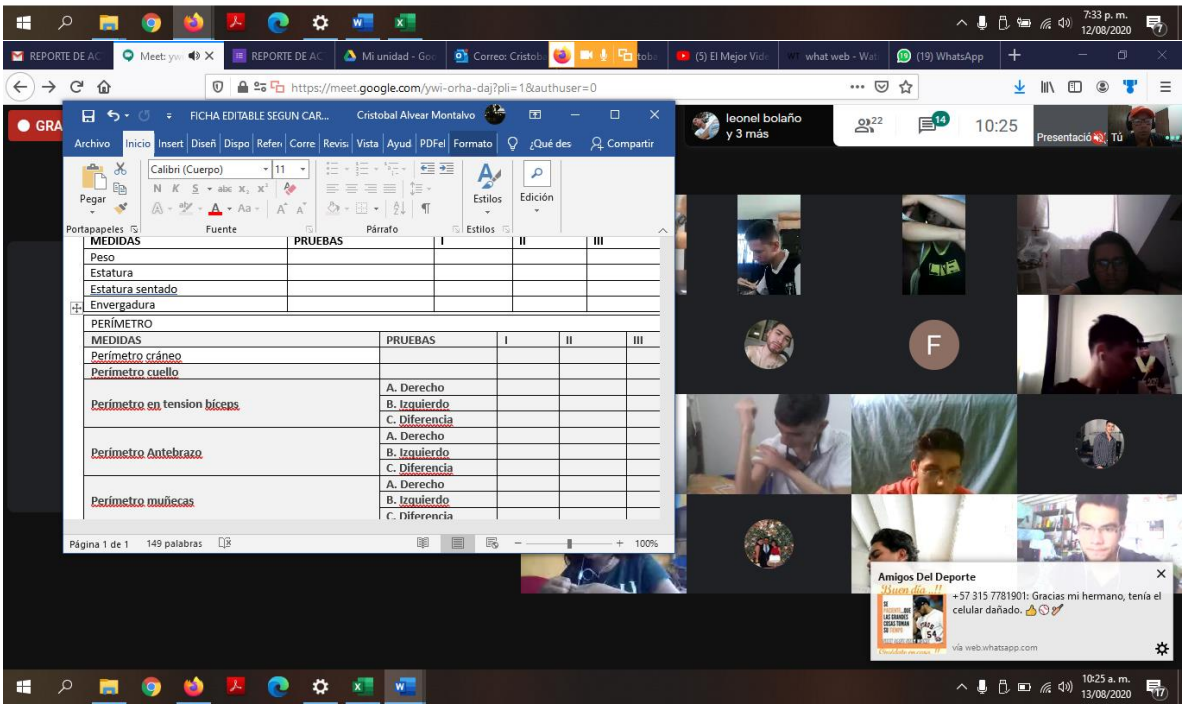

GRABANDO
14:33
HAMMER DAVID AILLON ACOSTA
JOSE ALFREDO GUALDRON CARDENAS
MARLON DANIEL CABARCAS CANO
WILMER SANCHEZ RINCON
E
culturafisicacimi
Presentar ahora

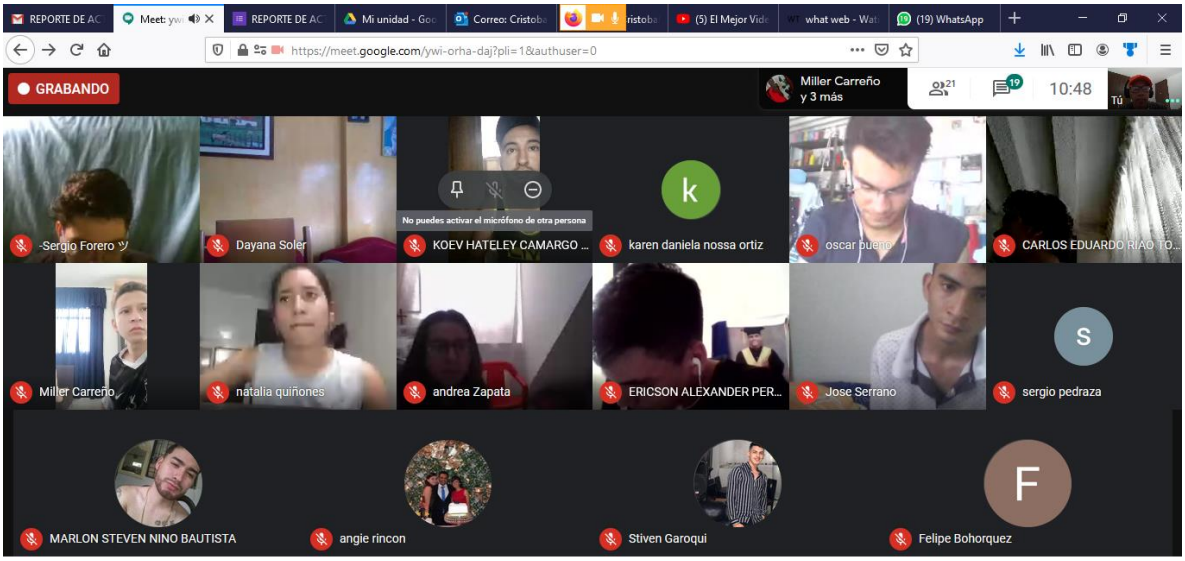

GRABANDO
DEYSI KATHERINE CALCETA GOMEZ está presentando
07:09
DEYSI KATHERINE C...
CRISTIAN MAURICI...
MONICA ANDREA A...
DENY PAOLA ARIAS ...
OLGA PATRICIA MU...
PAOLA ANDREA AG...
PAULA ANDREA AL...
MARTHA LIZETH BA...
KELLY TATIANA VA...
KAROLL JULIANA R...
JOAN SEBASTIAN A...
CAROLINA PEREZ L...
culturafisicacimi
DEYSI KATHERINE CALCETA ...
está presentando su pantalla

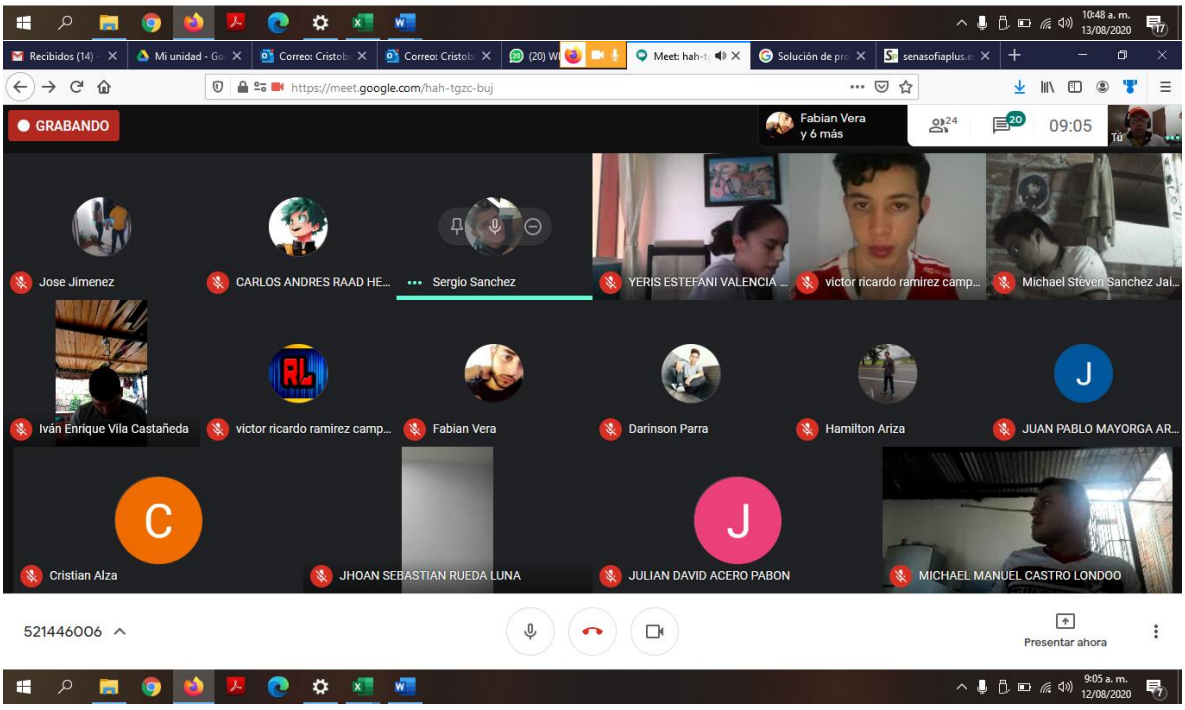

GRABANDO
08:39
DEYSI KATHERINE CALCETA GOMEZ
CRISTIAN MAURICIO MANRIQUE G...
MARTHA LIZETH BARON BARAJAS
OLGA PATRICIA MUOZ ARROYO
KELLY TATIANA VANEGAS MANTIL...
CAROLINA PEREZ LOZANO
BREIDY ZARETH SARMIENTO BAEZ
DENY PAOLA ARIAS ARIAS
MARIA FERNANDA ANAYA MERCH...
KAROLL JULIANA RUEDA GUEVARA
PAOLA ANDREA AGUIRRE RODRIG...
LADY KATHERINE ROA SILVA
JOAN SEBASTIAN ARIAS MENDOZA
MONICA ANDREA AVILA VALDERR...
PAULA ANDREA ALBARRACIN CAB...
culturafisicacimi
Presentar ahora

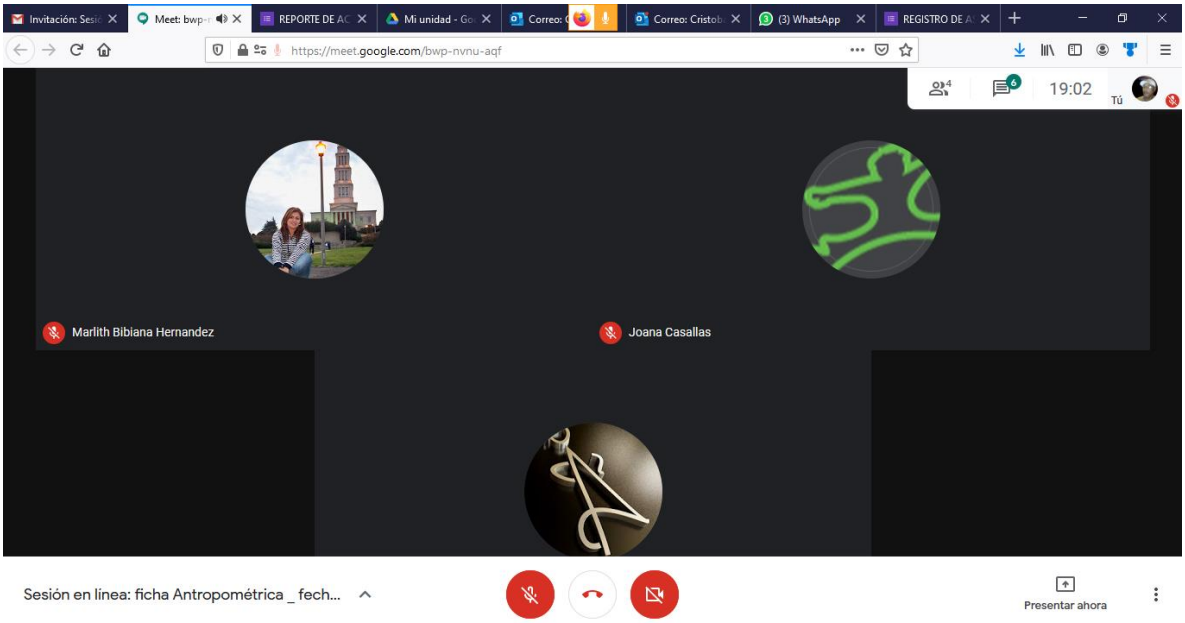

GRABANDO
18:57
YORDAN RODRIGUEZ TORRES
NELSON LEON PEA
Yilder Millan
Jherson Delgado
HENRY SOLANO DIAZ
Fabian Sierra
culturafisicacimi
Presentar ahora

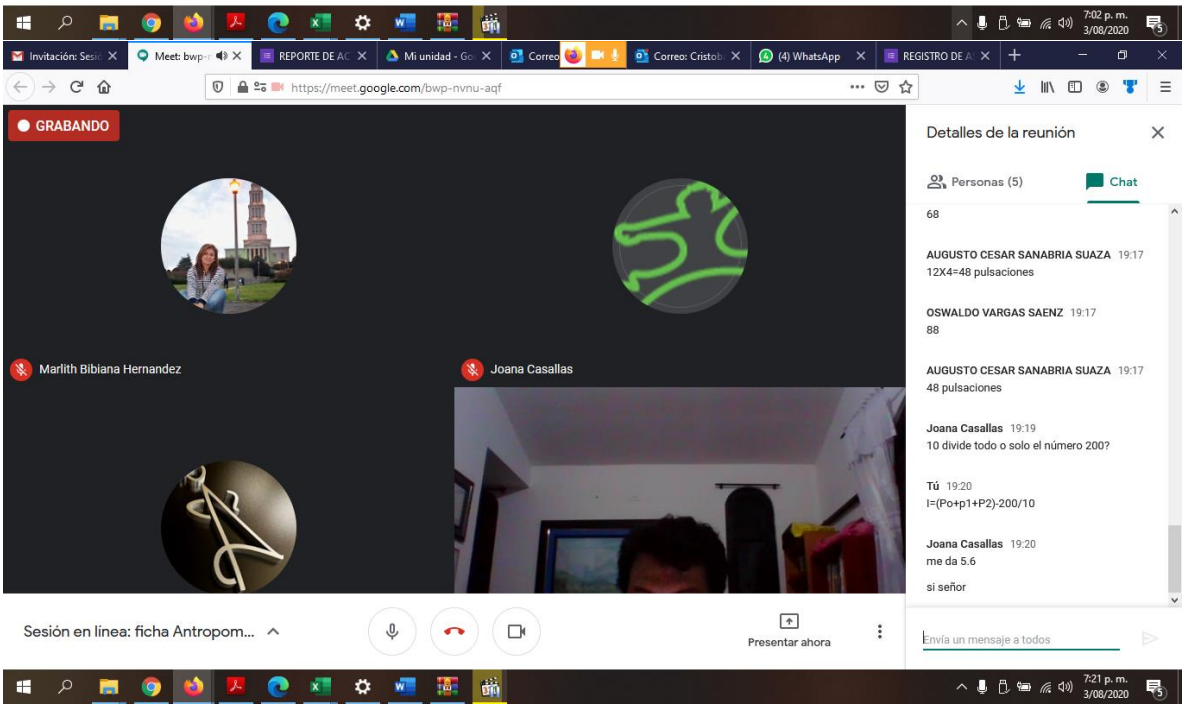

GRABANDO
19:33
YORDAN RODRIGUEZ TORR...
NELSON LEON PEA
Yilder Millan
Jherson Delgado
Fabian Sierra
CARLOS JHAIR TELLEZ CH...
ELMER SANCHEZ SANDOV...
JONATHAN MAURICIO FON...
MARIO ANDRES GOMEZ AC...
CIRO ALFONSO MENDOZA ...
DUVAN ALEXIS FERREIRA B...
DUVAN ALEXIS FERREIRA B...
Andrés Felipe Amaya Pedra...
HENRY SOLANO DIAZ
HENRY ALEXANDER GRAN...
BRAYAN ANDRES RODRIGU...
IVAN DARIO CARRILLO NIO
culturafisicacimi
Presentar ahora


FICHA EDITABLE SEGUN CAR...
Cristobal Alvear Montalvo
leonel bolaño y 3 más
10:25
Amigos Del Deporte
+57 315 7781901: Gracias mi hermano, tenía el celular dañado.
MEDIDAS
PRUEBAS
Peso
Estatura
Estatura sentado
Envergadura
PERÍMETRO
Perímetro cráneo
Perímetro cuello
Perímetro en tension bíceps
Perímetro Antebrazo
Perímetro muñecas
A. Derecho
B. Izquierdo
C. Diferencia


GRABANDO
Miller Carreño y 3 más
10:48
Sergio Forero ツ
Dayana Soler
KOEV HATELEY CAMARGO ...
No puedes activar el micrófono de otra persona
karen daniela nossa ortiz
oscar pueno
CARLOS EDUARDO RIAO TO...
Miller Carreño
natalia quiñones
andrea Zapata
ERICSON ALEXANDER PER...
Jose Serrano
sergio pedraza
MARLON STEVEN NINO BAUTISTA
angie rincon
Stiven Garoqui
Felipe Bohorquez
culturafisicacimi
Presentar ahora


GRABANDO
Fabian Vera y 6 más
09:05
Jose Jimenez
CARLOS ANDRES RAAD HE...
Sergio Sanchez
YERIS ESTEFANI VALENCIA ...
victor ricardo ramirez camp...
Michael Steven Sanchez Jai...
Iván Enrique Vila Castañeda
victor ricardo ramirez camp...
Fabian Vera
Darinson Parra
Hamilton Ariza
JUAN PABLO MAYORGA AR...
Cristian Alza
JHOAN SEBASTIAN RUEDA LUNA
JULIAN DAVID ACERO PABON
MICHAEL MANUEL CASTRO LONDOO
521446006
Presentar ahora


https://meet.google.com/bwp-nvnu-aqf
19:02
Tú
Marlith Bibiana Hernandez
Joana Casallas
Sesión en línea: ficha Antropométrica _ fech...
Presentar ahora

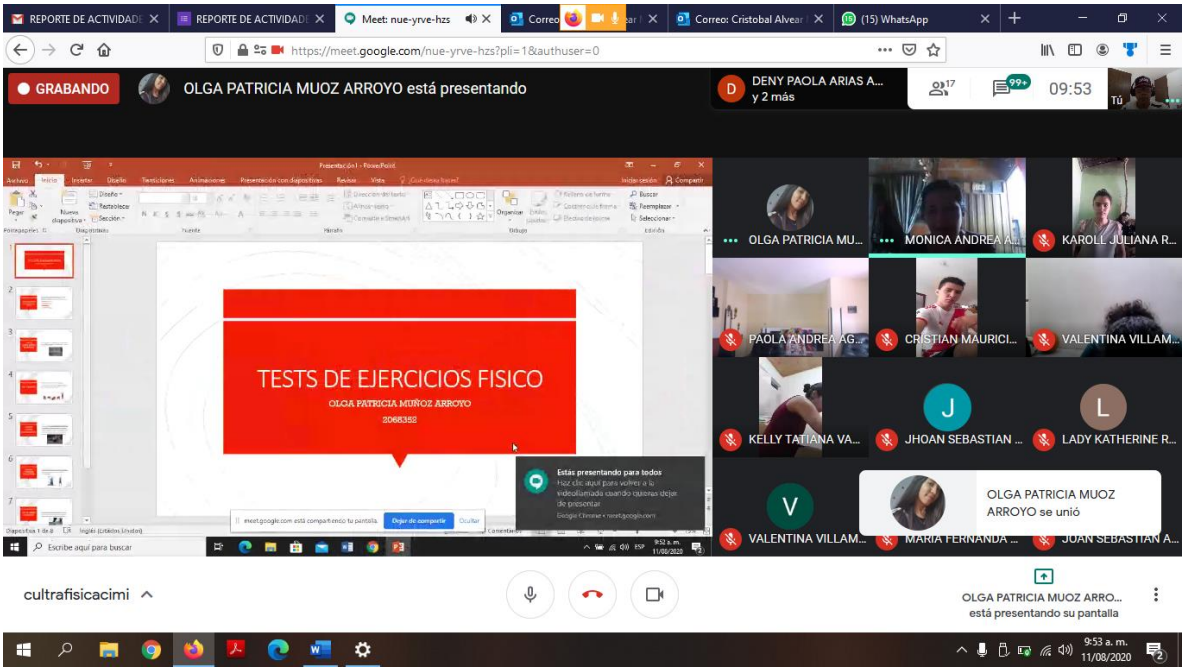

7:02 p. m.
3/08/2020
https://meet.google.com/bwp-nvnu-aqf
GRABANDO
Marlith Bibiana Hernandez
Joana Casallas
Sesión en línea: ficha Antropom...
Presentar ahora
Detalles de la reunión
Personas (5)
Chat
68
AUGUSTO CESAR SANABRIA SUAZA 19:17
12X4=48 pulsaciones
OSWALDO VARGAS SAENZ 19:17
88
AUGUSTO CESAR SANABRIA SUAZA 19:17
48 pulsaciones
Joana Casallas 19:19
10 divide todo o solo el número 200?
Tú 19:20
I=(Po+p1+P2)-200/10
Joana Casallas 19:20
me da 5.6
si señor
Envía un mensaje a todos
7:21 p. m.
3/08/2020

PANTALLAZO FICHA 2068352 HSEQ

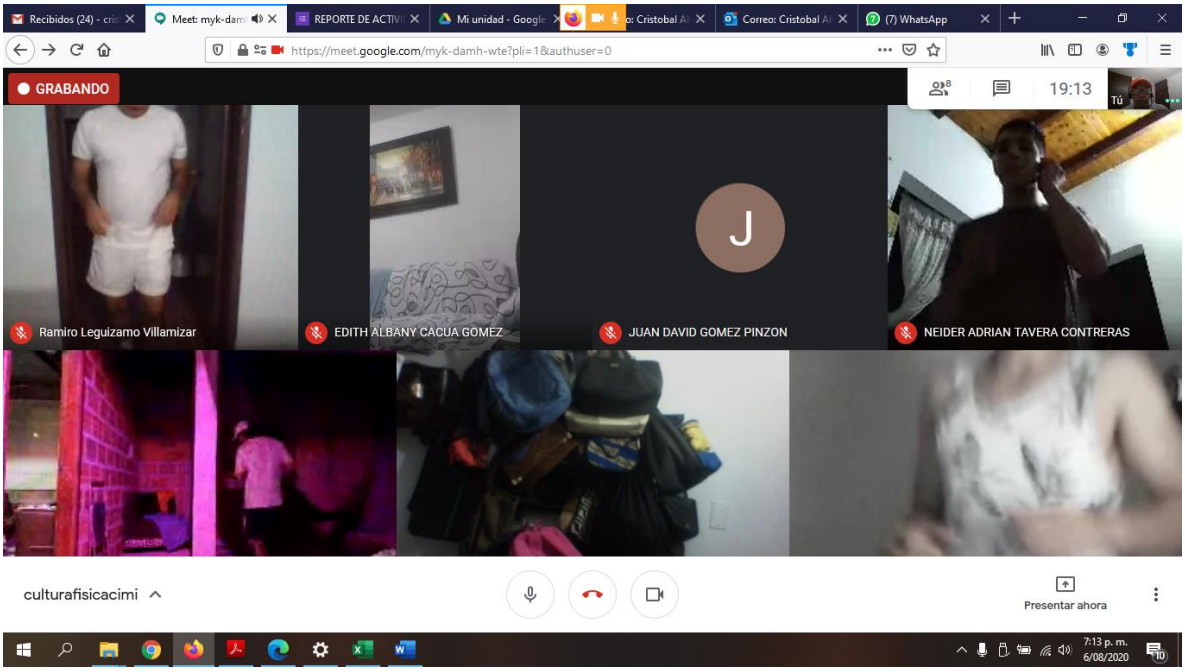
Realizarán trabajo en grupo de dos (2).

Actividad que realizaran en diapositivas (PowerPoint) para subir al Drive dónde estará su carpeta.

1. EXPOSISION TEST FISICO



2. EJECUCION DEL TEST RUFFUIER DICKSON.



5. REFLEXIONES Y COMPROMISOS

Los aprendices que se encuentran en situaciones difícil donde no tienen un computador, donde pueda cumplir con las tareas asignadas por los instructores, realizan las actividades a papel y lápiz y luego la enviar por el celular. Los grupos como buscan la forma de ayudar al compañero, creo también que esta PANDEMIA COVID19, nos enseñó a pensar en él yo. Es importante incentivarlos y comprometerlos a la formación.